

МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 11 » НОЯБРЯ 2024 г.

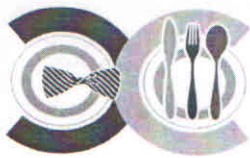
ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	ЗАВТРАК 75-00						
2	Салат из свежих помид.с раст.м.	61,6	0,64	3,13	3,17	42,62	17-67
270	Котлета Московская(свинина,говядина)	50	1,68	5,23	6,70	80,40	32-63
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	15-94
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-45
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-31
	ОБЕД 112-50						
56	Суп из овощей	250	1,93	3,86	12,18	88,19	21-30
77	Котлета Здоровье(свинина)	90	11,72	20,20	4,93	247,62	58-82
173	Каша вязкая пшеничная	150	4,28	8,56	31,76	219,27	22-52
2	Батон школьный	66	5,66	2,52	38,49	198,45	4-55
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-31
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 75-00 (тжс,многодетные,малообеспеченные)						
2	Салат из свежих помид.с раст.м.	61,6	0,64	3,13	3,17	42,62	17-67
270	Котлета Московская(свинина,говядина)	50	1,68	5,23	6,70	80,40	32-63
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	15-94
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	3-45
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-31
	БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 1-4 кл 133-44						
56	Суп из овощей	250	1,93	3,86	12,18	88,19	21-30
77	Котлета Здоровье(свинина)	90	11,72	20,20	4,93	247,62	58-82
173	Каша вязкая пшеничная	150	4,28	8,56	31,76	219,27	22-52
2	Батон школьный	66	5,66	2,52	38,49	198,45	4-55
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-31
695	Ватрушка с творогом	69	9,06	2,30	24,56	159,16	18-02
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
	ПРОДЛЕНКА 60-00						
302	Каша манная молочная	200/5	7,23	7,03	40,76	253,3	27-37
16	Ватрушка с картофелем	87	2,35	8,35	9,13	121,8	27-99
2	Батон школьный	25	2,15	0,95	14,59	75,22	1-72
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92

БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ с 5-9кл 146-00							
56	Суп из овощей	250	1,93	3,86	12,18	88,19	21-30
77	Котлета Здоровье(свинина)	90	11,72	20,20	4,93	247,62	58-82
173	Каша вязкая пшеничная	150	4,28	8,56	31,76	219,27	22-52
2	Батон школьный	66	5,66	2,52	38,49	198,45	4-55
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-31
302	Каша манная молочная	150/5	5,3	5,1	27,5	180	20-53
770	Булочка Дорожная	101	6,87	4,04	52,32	278,76	10-05
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
ПИТАНИЕ СПОРТСМЕНОВ 160-00							
56	Суп из овощей	250	1,93	3,86	12,18	88,19	21-30
77	Котлета Здоровье(свинина)	90	11,72	20,20	4,93	247,62	58-82
173	Каша вязкая пшеничная	150	4,28	8,56	31,76	219,27	22-52
2	Батон школьный	66	5,66	2,52	38,49	198,45	4-55
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-31
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-31
161	Слойка с вареной сгущенкой	84	30,24	12,32	33,15	365,12	42-19
Спорт.завтрак							
302	Каша манная молочная	200/5	7,23	7,03	40,76	253,3	27-37
2	Батон школьный	25	2,14	0,95	14,59	75,22	1-72
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	2-92
738	Пирожок печеный с яйцом	75	7,0	6,4	24,1	186	17-00
КОМПЛЕКС 100-00							
56	Суп из овощей	200	1,55	3,09	9,74	70,55	17-04
77	Котлета Здоровье(свинина)	90	11,72	20,20	4,93	247,62	58-82
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	15-94
2	Батон школьный	42	3,60	1,60	24,51	126,37	2-89
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	5-31

Директор _____ ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством _____ ГЛЕБОВА С.В.





МЕНЮ

ООО «Экспресс-сервис»

Столовая МБОУ «СОШ № 28»

Дата « 11 » НОЯБРЯ 2024 г.

ТТК	БЛЮДО состав	ВЫХОД гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ккал	ЦЕНА, руб
	САЛАТЫ						
2	Салат из свеж.помидор с раст.маслом	100	1,0	5,1	3,8	69	28-67
107	Салат «Остренькие крабы» (краб.п,яйцо,помид.)	100	4,0	11,9	1,8	131	41-33
	ПЕРВОЕ						
56	Суп из овощей с зеленым горошком	250/12,5/10	5,8	5,64	10,3	118,1	34-33
	ВТОРОЕ						
102	Отбивная из кур.филе с помидоркой	75/30	18,8	23,1	3,8	300	87-61
77	Котлета Здоровье(свинина,морк.)	90	11,72	20,20	4,93	247,62	58-82
270	Котлета Московская (свин,гов.)	50	1,68	5,23	6,70	80,40	32-63
378	Рыба с луком (горбуша)	50/15	9,9	3,0	4,1	85	70-75
217	Запеканка из печени (кур.печень,рис)	150	19,4	13,4	34,43	343,0	60-58
	ГАРНИРЫ						
510	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	18-65
97	Макароны отварные	150	36,3	28,0	222,2	332	22-23
173	Каша пшеничная вязкая	150	4,28	8,56	31,76	219,27	22-52
518	Картофель отварной	150	3,0	4,9	24,5	161	24-98
	ВЫПЕЧКА						
747	Сосиска в тесте	1/50	9,3	9,5	28,23	240	39-15
16	Ватрушка с картофелем	100	2,7	9,6	10,5	140	32-34
695	Ватрушка с творогом	75	9,8	2,5	26,7	173	19-81
161	Слойка с вареной сгущенкой	75	27,0	11,0	29,6	326	37-87

Директор  ВАРЛАМОВА Е.В.

Зав. производством  ГЛЕБОВА С.В.

